

Découverte des canyons de la Sierra de Guara

7 jours / 6 nuits
avec transport en minibus

Toute proche des Pyrénées, mais si différente, la Sierra de Guara est un terrain de jeux privilégié. Ce massif constitué de plateaux calcaires possède une caractéristique unique en Europe : ses canyons, d'une incomparable beauté. Au fond des rios, la randonnée revêt ici une forme particulière, alternance de marche, de sauts et de nage.

Dans ce délire d'eau et de roche, votre regard étonné vous conduira de défilés aux parois lumineuses en marmites aux formes parfaites, de biefs entrecoupés de cascades en plage de sable et de galets, sous l'éternel soleil méditerranéen.

Dans un site unique, à quelques pas du village de Rodellar, «capitale» de la Sierra, nous vous proposons une découverte de ces canyons, pour y goûter l'exercice subtil de vacances actives et ludiques.

séjour : en étoile, à partir d'un même lieu d'hébergement pour toute la semaine.

destination : Espagne. Sierra de Guara dans la province de Huesca dans le Haut-Aragon.

niveau : facile.

difficultés particulières : marche alternée sur sentiers et hors sentiers (dans les rios), sauts, nage, techniques du rappel.

altitude globale du séjour : entre 700 et 1200 m.

dénivelé moyen : 100 à 500 m par jour.

nature du terrain : calcaire (canyons).

portage : sac à la journée, pique-nique et matériel collectif.

transport : en minibus 9 places sous la conduite de votre guide.

encadrement : guide espagnol ou accompagnateur montagne français qualifié canyon.

groupe : 6 à 10 participants.

lieu de rendez-vous : 9 h à Pau, au Bar du Funiculaire, en face de la gare SNCF le dimanche matin.

lieu de dispersion : vers 17 h à la gare SNCF de Pau le samedi suivant.

CONDITIONS DE PARTICIPATION

Savoir nager une cinquantaine de mètres en milieu naturel.

5 à 6 heures de marche/nage par jour. Randonnée facile, mais un minimum de goût de l'effort est souhaité. Etre en bonne condition physique.

PROGRAMME

J1- Accueil à Pau. Transfert sur votre lieu d'hébergement. Repas dans une auberge en cours de route. Installation sur votre lieu d'hébergement. Distribution du matériel. Dîner et nuit.

J2- Le canyon du Barazil, près de Rodellar : eaux-vives et claires, piscines naturelles et défilés se succèdent dans un cadre grandiose.

J3- Descente du rio Vero, le plus classique, l'un des plus beaux de Guara. En fin de journée, visite du village médiéval d'Alquezar (remparts arabes, église et cloître roman).

J4- Initiation aux techniques de rappel, puis en route pour le Formiga, dont les étonnantes falaises roses abritent une importante population de vautours d'Egypte. Cette descente, bien que relativement courte, mais dont la réputation n'est plus à faire, offre une large palette de points forts (sauts, toboggans, rappels), qui en font un véritable concentré de canyon.

J5- Le rio Alcanadre, dans sa partie la plus ludique de la Peonera, sauts, cascades, baignades. Un rythme adapté à chacun dans une ambiance exceptionnelle.

J6- Nous remontons la Sierra de Balcès pour nous laisser glisser dans l'eau tiède du Rio Isuala et contempler le plus impressionnant des canyons.

J7- Départ pour la France. Petite randonnée ou baignade et pique-nique en cours de route.

NB : ce programme est donné à titre indicatif, le guide se réservant le droit de le modifier sans préavis en cas de mauvaises conditions météo ou si la sécurité du groupe l'exigeait.

CLIMAT

températures	jours	nuits
printemps	25°C	15°C
été	32°C	20°C
automne	25°C	17°C

HEBERGEMENT - REPAS

Depuis notre installation en Sierra de Guara accueillis par les habitants isolés, il y a encore quelques années.

Nous avons liés des relations de respect mutuel et souvent d'amitié.

A chaque type de séjour son hébergement, notre choix s'est porté sur la chaleur de l'accueil, la qualité de l'hébergement et de la restauration dans les différents petits villages typiques de la région.

A Las Almunias de Rodellar vous serez logé en refuge, auberge chambre d'hotes ou appartement hotel.

A Bierge : Auberge avec chambres d'hotes et petits dortoirs de 4 à 6 personnes, hotel*** uniquement pour séjour à la carte.

Alquezar : refuges ,auberges et hotel**et hotel***.

Adahuesca : petite auberge très chaleureuse, chambres de 2 personnes, petits dortoirs pour les enfants.

Rodellar : uniquement chambres d'hotes (nous consulter).

Petits déjeuners très complets, menus froids mais élaborés à midi, vivres de courses pour la journée. Le soir les repas sont pris sur le lieu d'hébergement

EQUIPEMENT

HABILLEMENT

- chapeau
- chaussures de type Pataugas pour marcher et aller dans l'eau
- tennis ou chaussure de rechange pour le soir
- maillot de bain
- gants de vaisselle pour prévenir les ampoules et crevasses provoquées par la roche abrasive
- tee-shirt
- pantalons légers
- pull-over
- fourrure polaire
- coupe vent
- short

Il est conseillé aux personnes frileuses de se munir d'un tee-shirt en lycra à enfiler sous la combinaison. Pour votre confort, vous pouvez prévoir des chaussons néoprènes de plongée -sans renfort de semelle- de façon à pouvoir les mettre dans les chaussures.

PETIT MATERIEL

Lunettes de soleil, cordon pour les lunettes de vue, crème solaire, gourde (1 litre), couteau de poche, lampe de poche ou frontale, pharmacie personnelle, Elastoplast large (5cm x 2,5m) en prévention des ampoules, Compeed, nécessaire de toilette léger, serviette de toilette, appareil photo étanche (les appareils photos jetables étanches conviennent parfaitement), stick à lèvres, aspirine, produit anti- moustique.

Pas de pharmacie à Rodellar

COUCHAGE

Sac de couchage léger.

Le site étant un endroit très calme, de nombreuses personnes nous font la demande de dormir à la belle étoile. Si cette perspective vous agrée, prévoir un petit matelas gonflable de type Karimat.

CONDITIONNEMENT DES BAGAGES

◆ Sac de voyage pour la durée du séjour. Pas de valises SVP. Un sac à dos spécial pour le canyoning vous sera fourni par nos soins pour les affaires de la journée...

MATERIEL FOURNI PAR L'AGENCE

Pharmacie collective, matériel technique très adapté (cordes, combinaisons iso-thermiques intégrales, casques, baudriers, bidons étanches et sacs à dos canyon).

INFORMATIONS PRATIQUES

DATES ET TARIF

Voir la rubrique du site

FORMALITES

- ◆ Carte d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants de la CEE.
- ◆ Carte Européenne délivrée par la Sécurité sociale sous 10 jours (en cas de problème de santé).
- ◆ Autorisation de sortie de territoire pour les mineurs.

ASSURANCE

Assurance Activité fournie.

Assurance Annulation : en option.

OFFICE DU TOURISME ESPAGNOL

43, rue Decamps 75116 Paris
 ☎ 01 45 03 82 50

DEVISES

L'Euro. Prévoir 10 € pour le repas de midi du 1^{er} jour dans une auberge locale.

MOYEN D'ACCES

en voiture : autoroute A64 jusqu'à Pau.

en avion : Aéroport de Pau-Pyrénées. ☎ 05 59 33 33 00 ou www.pau.aeroport.fr.

en train - Paris :
aller : train de nuit Paris/Pau : 23h14/07h19.
retour : TGV Pau/Paris : 17h30
 train de nuit Pau/Paris : 23h00/07h10.

- Bordeaux :
aller : Bordeaux/Pau : 06h45/08h55.
retour : Pau/Bordeaux : 17h37/19h47.

- Nice/Marseille :
aller : train de nuit Nice/Marseille/Pau : 22h02/00h55/07h19.
retour : train de nuit Pau/Marseille/Nice : 22h02/04h56/07h19.

Ces horaires sont fournis à titre indicatif. Veuillez consulter la SNCF au **36 35** ou www.sncf.com

POSSIBILITES D'HEBERGEMENT SUR PAU AVANT OU APRES LE SEJOUR

◆ Hôtel du Bois Louis*	face à la gare	☎ 05 59 27 34 98
◆ Le Funiculaire*	face à la gare	☎ 05 59 27 01 40
◆ Le Roncevaux**	centre ville	☎ 05 59 27 08 44
◆ Hôtel Montilleul**	en ville	☎ 05 59 32 93 53

POUR MIEUX CONNAITRE LA REGION

BIBLIOGRAPHIE & CARTOGRAPHIE

- ◆ Carte Michelin n° 444 au 1/400 000°
- ◆ Mapa Excursionista 2/2 – Parque de la Sierra y los Cañones de Guara zona oriental AU 1/40.000è
- ◆ Guide Visa Espagne
- ◆ Espagne – Guide Bleu – Ed Hachette
- ◆ Descentes de canyons dans le Haut-Aragon – tome I – Edisud – Patrick Gimat
- ◆ Sierras de piedra y agua – Parque de la Sierra y Cañones de Guara, sierras exteriores – Enrique Salamero – Edition Camping Mascún 2002